

## ELISABETH KOWALCZYK

Elisabeth a d'abord été formée en Bioénergie, Méthode Acmos puis a élargi son champ de compétences à l'habitat en intégrant la Géobiologie et le Feng Shui. Cela lui permet de proposer une approche holistique du bien-être de la personne, prenant en compte sa santé, son environnement et son équilibre psychique.

En parallèle elle approfondi ses connaissances en développement personnel, en se formant à des techniques complémentaires: Accompagnement de personnes en fin de vie, Reiki niveau 3, Chamanisme avec Monsieur Thierry Piras, PNL, Gestalt, Rêve éveillé dirigé, Sophrologie et techniques de méditations.

Elisabeth commence son activité en 1996 avec son cabinet de soins implanté en France avant de venir s'installer définitivement en Suisse en 2005. Elle a été consultée à titre personnel ou professionnel par de nombreuses personnes et les a aidées à générer des changements positifs et durables dans leur vie.

## LE LIEU

Essentialité a choisi un espace dans un cadre naturel à la campagne pour offrir un lieu propice au ressourcement, en lien étroit avec la nature et loin du stress de la vie active. Situé à Chesières, proche de Villars-sur-Ollon, sur les hauts du village et à la lisière de la forêt, le chalet est entouré de verdure et un parking est à votre disposition.

## INFORMATION & RENDEZ-VOUS

Les séances durent habituellement entre 45 mn et 1h30.  
Le prix de la première séance est de CHF 150.-  
Les autres séances sont à CHF 100.-

## CONTACT

Essentialité · Elisabeth Kowalczyk  
Crêt de la Prairie, 23 · 1885 Chesières · Suisse  
T. +41 79 300 69 73  
contact@essentialite.ch · www.essentialite.ch



## LES SÉANCES & SOINS

Les thérapies énergétiques pratiquées par Elisabeth Kowalczyk sont orientées sur deux axes : d'une part, aider le corps physique à retrouver son équilibre énergétique au travers de séances de bilans de santé, et d'autre part, ré-harmoniser les différents corps physique, psychique et spirituel au travers d'un accompagnement avec des séances de thérapies complètes.

L'Être humain est complexe, il fonctionne de façon holistique et comme le disait si bien Hyppocrate, "l'homme doit harmoniser l'esprit et le corps".

## SOINS ÉNERGÉTIQUES

J'utilise deux approches complémentaires lors de mes consultations, soit séparément, soit conjointement en fonction des besoins de chacun.

### **BILANS DE SANTÉ EN BIOÉNERGIE - Méthode Acmos**

Les bilans énergétiques ont pour but de permettre au corps de rétablir l'harmonie et de retrouver son extraordinaire capacité d'autogestion et d'autodéfense.

- Mesures à l'Antenne de Lécher des décalages des champs énergétiques du corps, et recentrage de ceux-ci.
- Rééquilibrage des manques par test (recherche des produits naturels de grande qualité vibratoire, comme les Micro-éléments, les Huiles Essentielles, les Minéraux, les Oligo-éléments, les Homéopathies, la Spagyrie, les Fleurs de Bach, les Fleurs d'Orchidées ... ) et mise en place de posologies.
- Soins de chromothérapie (couleur-lumière) pour effectuer un nettoyage énergétique cellulaire afin de permettre la remise en route des circuits d'élimination.
- Recherche et élimination (par chromothérapie) de toutes agressions dues à l'environnement (venant du sol comme les failles, rivières souterraines, ou de la civilisation comme les antennes relais, ordinateurs, wifi, lignes à haute tension, gares, ou autres perturbations).

### **SOINS CHAMANIQUE & REIKI - imposition des mains**

Les soins chamaniques et soins en Reiki sont d'excellents compléments thérapeutiques, ce sont des thérapies manuelles qui apportent un supplément d'énergie à notre organisme. Le praticien intervient sur le champ vibratoire de la personne, pose ses mains sur le corps et laisse s'écouler l'énergie qui va se diriger naturellement vers les zones qui en ont besoin.

## DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Il existe actuellement une multitude de styles de thérapies, de coaching, de développement personnel, psychothérapies, thérapies brèves, familiales, de couple, psychanalytiques ...

L'accompagnement que je propose s'ouvre à la dimension du Soi, c'est un cheminement vers le coeur, vers la Source du Tout, il prend en compte une partie de vous-même souvent oubliée, votre "âme" ou partie immatérielle, en allant à sa découverte. C'est une approche globale, émouvante, enrichissante et réunissant plusieurs techniques de thérapies, c'est un chemin qui ne mène qu'à vous-même, là où vous trouverez la Paix, la Joie et la Confiance en vous.

Les Techniques que j'utilise lors de mes consultations incluent :

### **PNL**

La Programmation Neuro-Linguistique est "une méthodologie qui permet d'agir sur les comportements au moyen du langage", élaborée par le psychologue Richard Bandler et le linguiste John Grinder dans les années 1970 aux États-Unis.

### **GESTALT**

Inventée par Fritz Perls, la Gestalt-thérapie est une des psychothérapies du courant humaniste les plus répandues. Elle aide à avoir une vision globale de soi-même pour mieux comprendre notre fonctionnement.

### **RÊVE ÉVEILLÉ DIRIGÉ**

Méthode fondée par Robert Desoille (1890-1966): "notre imagination construit des scénarios symboliques qui pointent nos blocages et nous aident à les résoudre, sans dormir".

### **MÉDITATIONS GUIDÉES**

La méditation guidée permet d'accéder à un meilleur lâcher-prise du mental grâce à l'utilisation de musique relaxante et de l'accompagnement verbal du thérapeute.